

***10 ЗАПОВЕДЕЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ***

**1. Живите заботами сегодняшнего дня и старайтесь оставаться оптимистами. Нельзя сделать будущее или настоящее таким, как хочется. Этого не может никто. Хотя некоторые и полагают, что это им по силам.**

**2. Не бойтесь переоценить способности ребенка. Дайте ему возможность развиваться, поощряйте и поддерживайте. Верьте в него!**

***3. Найдите людей (родственников, специалистов и т.п.), которые поделятся с вами опытом, советами и поддержкой.***

**4. С раннего возраста обеспечьте ребенку возможность учиться и получать образование.**

**5. Не забывайте о супруге и других детях. Напоминайте им, что любите всех одинаково, хотя и вынуждены проводить больше времени с «проблемным» ребенком.**

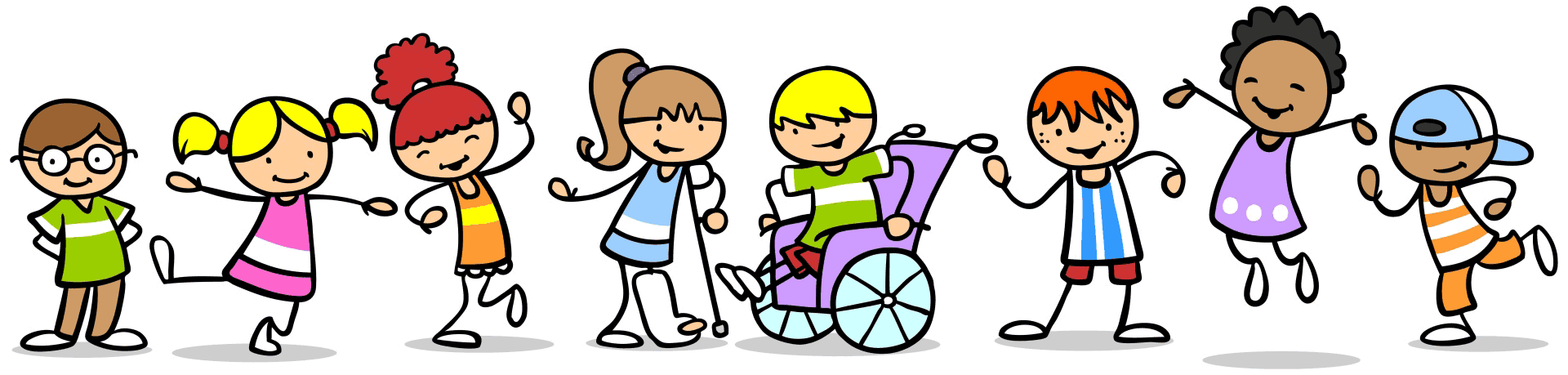
**6. Слушайтесь только собственной совести. Тогда вам будет легко и с ребенком. Но вы не обязаны оправдываться перед друзьями и посторонними.**

**7. Будьте честны, не лицемерьте. Невозможно быть идеальным родителем 24 часа в сутки. Если тяжело, позвольте себе иногда рассердиться, позавидовать, быть жалким или несчастным.**

**8. Не требуйте от себя невозможного. Нельзя постоянно думать о том, что еще нужно сделать. Чаще думайте о том, чего уже удалось достичь.**

**9. Цените то, что имеете. Подумайте, что вы способны замечать маленькие чудеса, которые большинство людей** **воспринимают как данность.**

**10. Сохраняйте и проявляйте чувство юмора. Смех – лучшее лекарство от усталости и стресса.**



***«ПОНИМАЕМ – ПРИНИМАЕМ – ПОМОГАЕМ»***

***Рекомендации родителям детей с ОВЗ***

* **Никогда не жалейте ребёнка из-за того, что он не такой, как все.**
* **Дарите ребёнку свою любовь и внимание, но помните, что есть и другие члены семьи, которые в них тоже нуждаются.**
* **Организуйте свой быт так, чтобы никто в семье не чувствовал себя «жертвой», отказываясь от своей личной жизни.**
* **Не ограждайте ребёнка от обязанностей и проблем. Если состояние ребенка позволяет, придумайте ему простенькие домашние обязанности, постарайтесь научить ребенка заботиться о других. Решайте все дела вместе с ним.**
* **Предоставьте ребёнку самостоятельность в действиях и принятии решений. Стимулируйте его приспособительную активность; помогайте в поиске своих скрытых возможностей. Развивайте умения и навыки по самообслуживанию.**
* **Следите за своей внешностью и поведением. Ребёнок должен гордиться вами.**
* **Чаще разговаривайте с ребёнком. Помните, что ни телевизор, ни компьютер не заменят вас.**
* **Создавайте условия для общения ребёнка со сверстниками.**
* **Учитесь отказывать ребёнку в чём-либо, если считаете его требования чрезмерными. Однако проанализируйте количество запретов, с которыми сталкивается ваш ребенок. Продумайте, все ли они обоснованы, нет ли возможности сократить ограничения, лишний раз проконсультируйтесь с врачом или психологом.**
* **Стремитесь к встречам и общению с друзьями, приглашайте их в гости. Пусть в вашей жизни найдется место и высоким чувствам, и маленьким радостям.**
* ***Чаще прибегайте к советам педагогов и психологов. Каждое определенное заболевание ребенка-инвалида требует специфического ухода, а также специальных знаний и умений.***
* **Больше читайте, и не только специальную литературу, но и художественную.**
* **Воспитывайте в себе новые качества, прежде всего наблюдательность, терпение, самообладание.**
* **Помните, что будущее вашего ребенка во многом зависит от того, насколько он социализирован, адаптирован в обществе. Делайте все возможное, чтобы он привык находиться среди людей и при этом не концентрироваться на себе, умел и любил общаться, мог попросить о помощи.**
* **Постарайтесь научить ребенка быть самим собой – и дома, и на людях. Чем раньше ребенок начнет общаться с другими детьми, тем больше шансов, что он сможет вести себя как все.**
* **Помните, что ребёнок повзрослеет и ему придётся жить самостоятельно. Готовьте его к будущей жизни, говорите о ней.**

*МБОУ «СШ № 39» служба сопровождения*

*логопед, психолог*

